

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ДИРЕКТОР

СОШ №75

ЧЕКЕМЕС

Ежедневное меню основного (организованного) питания

Возрастная категория питающихся: 12 и старше, ОВЗ, дети-инвалиды

Дата: 09.01.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта в наборе в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Огурцы соленные	120	0,96	0,12	2,04	12	70-17	15,18	19,73
	Шницель говяжий	100	15,72	13,82	14,04	245	451-04	52,34	78,07
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167	54-11г-20, ТК	17,12	25,69
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13		10,20	42	ТК	2,44	3,65
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	ТК	2,40	2,88
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,75	3,30
	Итого за рацион питания :	660	24,55	21,08	78,54	601		92,23	133,32
Обед	Суп из овощей	250	2,20	4,40	12,40	99	135-04	10,18	14,94
	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	275	ТК	44,14	65,89
	Ризотто с овощами	180	4,84	9,58	39,46	254	ТК	21,57	29,36
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,ТК	14,40	18,72
	Ирис молочный	25	1,00	2,00	24,00	120	ТК	9,48	12,32
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	ТК	4,00	4,80
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	ТК	3,67	4,40
	Итого за рацион питания :	945	36,32	31,26	155,24	1 069		114,84	160,05
Полдник	Булочка с сыром	100	11,90	16,40	41,60	366	ТК	17,79	26,69
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13		10,20	42	ТК	2,44	3,65
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	400	12,41	16,75	60,72	448		27,63	39,96



Шевченко М. С. /

М Е Н Ю (выбор) **

09.01.2024

12 и старше (5-11кл).

**** очищенный картофель**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		1,22	4,11	6,82	69,67	8,61
1 - Салат из капусты белокачанной	100	0,75	6,02	2,35	60	8,86
2 - Морковные палочки	100	1,10	0,20	3,80	44	8,38
3 - Салат из свеклы с маслом	100	1,80	6,10	14,30	105	8,60
Основное		24,03	18,5	54,11	505,33	97,80
1 - Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	100	15,73	5,97	3,32	235	77,21
1 - Каша гречневая рассыпчатая с маслом	190	6,06	5,62	39,12	309	20,42
2 - Котлета "Школьная"	100	14,70	11,66	12,70	243	71,97
2 - Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167	25,69
3 - Оладьи из филе птицы с сыром	100	24,20	20,60	36,80	297	80,90
3 - Рис отварной	180	7,57	5,40	46,62	265	17,21
Дополнение		4,05	0,85	60,75	260	20,30
1 - Компот из вишни	200	0,20		32,50	126	14,05
1 - Хлеб пшеничный	25	1,75	0,50	12,50	60	2,40
1 - Хлеб ржаной	35	2,10	0,35	15,75	74	3,85
		29,30	23,46	121,68	835	126,71

Принял:

Заведующий
производством
должность

подпись

расшифровка подписи